地域産業と暮らしをつなぐ
情報新聞 陽だまり
北広島市・清田区南部・南空知版

無料配布 FreeNewspaper
発行元 adca 有限責任事業組合まどか
〒061-1113 北海道北広島市共栄町1丁目1-18すずきBld.2F
TEL：011-372-6547 FAX:011-375-0424
陽だまり WEB：www.hidamari.madca.co.jp
情報新聞陽だまり 検索
広告募集中 広告掲載に関するお問合せ・ご用命は、弊社編集部までお気軽にお電話ください。

北広島自動車学校
第１種運転免許全車種取得可能
住所：北広島市共栄 16-1
電話：011(373)4811
E.mail: khds@mist.ocn.ne.jp
URL: www15.ocn.ne.jp/~khds/

2014 陽だまりオムニバス

きたひろ開基130年となった平成26年。
この12ヶ月間の記事を断片的に振返り、
来る平成27年へ大きな希望を抱きたい。

2/14発刊号 北広島市シティセールス事業の再出発

庁舎の新築計画を発表した北広島市を取材し、行政の立場としては、人口減少と商業の疲弊化をどう考えているのかを尋ねた。平成24年にスタートさせたシティセールス事業を見直し、外に向けた誘致から「いま住んでいる人たちへの満足・幸福度」を重視した事業計画を行うとの説明を掲載。

子どもからお年寄りまでがいま以上に住み良い街になることを、6万人の市民が待ち望んでいる。

4/11発刊号 ひろしま開基百三十年 和田郁次郎と開拓記念公園

平成26年はひろしま村開村から百三十年となる年。

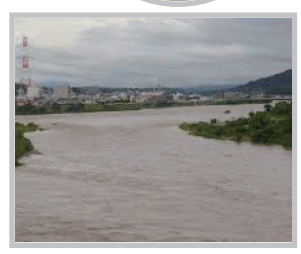
開祖の父と称された和田郁次郎の足跡を辿るとともに、桜が満開の北広島開拓記念公園を尋ねる。

この公園は昭和56年に整備されたものであるが、開拓時代から住民を育んできた水源や、戦時中に掘られた防空壕などが現存し、街と暮らしの長い歴史を見て感じ取ることができる、市民にとっては特別な場所である。

8/8発刊号 北広山 登山取材

意外と知られていない北広山を登山取材。鬱蒼とした草木とダニの襲撃に遭う過酷な取材だった。

9/12発刊号 危うく大災害!! 9月11日、輪厚川周辺の避難指示発令



今年9月の水害は、奇しくも、シリーズ「一枚の写真」で昭和56年の水害を取り上げた直後に起きた。

この日の早朝、輪厚川が危険水域に達したため付近の住民に避難指示が発令。該当地区に住み、総合体育館に避難した弊社スタッフがリポート記事を掲載した。

大事に至らなかったものの、古くから住む人々の脳裏には33年前の悲劇が蘇った一日であった。

3/14発刊号 「北広島に道の駅を!!」 北広島『道の駅』誘致期成会の運動

北広島市に次世代型の道の駅を誘致しようと活動を行う、北広島『道の駅』誘致期成会を取材。同会が提案する具体的な構想を伺った。

建設を促す場所は、西部地区の国道36号線沿い。特産品のアンテナショップは勿論、大規模災害時に救援拠点となり、市民と周辺地域の住民にいち早くライフラインを供給出来る施設とのことだ。

そんな施設の実現へ向け、誘致期成会は今日も地道で確実な活動を続けている。

6/13発刊号 来年春に開通予定 大曲通ー厚別東通を結ぶ新道路

札幌市清田区と北広島市にまたがり札幌新道沿いを走る新しい道路の建設工事を取材。来年春の開通を目指す新区間が、周辺住民や通勤利用者にどのような影響を与えるのか、期待と不安の両方の声があがっている。

雪が降りだした12月になってもなお、この工事はピッチを上げて行われている。大曲通交点では日によって右側、左側一車線規制が敷かれているので、付近を通行される方々は充分に気をつけて通過する必要がある。

10/10発刊号 エメラルドの支笏湖

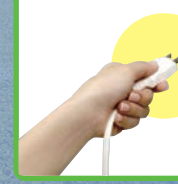
大雨被害の跡に現れた支笏湖の色変化を取材。土砂の流出が湖水を綺麗なエメラルドグリーンへ変化させたものであった。

YOUKIDO create industry
Light of the sun to support a living
信頼と実績で、太陽と共に30年。
太陽光発電システム

シャープ特約店
北海道No.1
シャープの住宅用太陽光システムなら、北海道No.1の施工実績を誇る陽気堂クリエート工業へご相談ください。
お客様に最適なシステムのご提案をさせて頂きます。

年間20万円の発電効果
4.75kWの場合（条件により異なります）

電気料金の値上げでさらにお得になります♪
発電効果のみでお支払いも可能！
災害時も安心


自立運転モードで長時間の場合でもコンセントが利用できます♪
発電シミュレーション・お見積 無料
陽気堂クリエート工業株式会社
〒066-0037 千歳市新富1丁目19番16号
☎0123(29)4111 FAX:0123(29)4112
HPで施工実績を掲載中！
陽気堂クリエート 検索
create.youkido.co.jp
業務拡充につき
営業スタッフ募集中

冬の作業効率アップ 除雪グッズあれこれ

今年もあとわずか。本格的な冬の季節がやってまいりました。冬の間、北海道に住んでいる住民は、日々の除雪作業に追われる方が多いのではないでしょうか。各ご家庭でも様々な道具を用意されている事と思います。

ホームセンターでも多様化された除雪道具がたくさん販売されています。冬を共に働く道具を取材してみました。

雪をはらうための道具は、昔からある軽量スコップ（ジョンバ）やガソリンスタンドなどでよく利用されている、雪を押して除雪出来る便利なスノープッシャーなどが主流となっています。軽量で使いやすい反面、プラスチック部分が割れたり柄が折れる事が多い為、最近では壊れた部品だけを交換するバラ売りタイプが人気だそうです。

そして、一度に大量の雪が運べるママさんダンプ。実はこの名称、北海道・東北地方のみの名称だということを知っていましたか？これは、雪国の男性は冬に出稼ぎで不在にしていることが多いため、除雪は女性の仕事になります。そのため軽量素材を使用し、「ママでもダンプカーのように雪が運べる」と言うことから名づけられたそうです。

現在お手持ちのスコップやダンプに雪が付きやすくなってませんか？古くなると雪離れが悪くなることがあります。離雪スプレーは、既に持っているスコップなどに吹きかける事により、雪離れが良くなり、腰などにかかる負担をかなり軽減出来るそうです。

固い雪には、スコップやツルハシを利用しますが、力を入れなくても簡単に氷割りが出来るアイスピックタイプが人気。

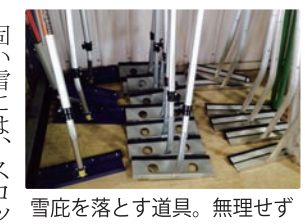
屋根に積もった雪や雪庇など、自分で落とすことはとても危険ですが、雪下ろし専用の６ｍも柄が伸びる商品も販売されています。

除雪は春まで続く長い作業の一つです。安全に工夫しながら乗り切るための道具選びにも、注目ですね。

軽い雪を押し、道を作るのには便利なスノープッシャー。柄とのバラ売りもあります。

新しいタイプばかりではなく従来のスタイルの軽量スコップにもバラ売りが！

ママさんダンプは作業効率アップNo.1
離雪スプレーはホームセンターなどで
1000円前後→


雪庇を落とす道具。無理せず専門業者に頼むこともお勧め。

人物クローズアップ

地域の子どもたちと共に今がある
姿と場所を変えないまちの貸本屋さん

おやこ文庫代表　荒木　順子さん

昭和49年、クリーニング店の一部に併設していた小さな貸本。今では部屋中、所狭しと本がぎっしりの貸本店になりました。今年40年を迎え、いまだに地域の子ども達との交流が続いている荒木さんにお話を伺いました。

親子文庫は広島町で「親と子の心の架け橋に、本を仲立ちに」ということから始まり、当時町内には15箇所の文庫センターを設け活発な活動を続けていたそうです。

荒木さんも14年程前にクリーニング店を閉店するまでは、洗濯屋さんの本屋さんと親しまれ、同時進行していたそうです。

貸本を始めてから広島本通と元町通りの交差点の子ども達を見てきた。信号待ちのちょっとの時間に本を借りて行く子がほとんど、と荒木さん。

どの子も皆自分の子と同じ様に接してきたそう。

ここを利用し、本を好きになる子もたくさん。荒木さんは、小さな子がテレビなどで知った昔話の絵本から興味を抱き、そこから原書や、文学書を手に取る子もたくさん見てきています。

この地に40年、ずっと子ども達を待ち構えていると大人の姿になった、当時の子どもが「おばさん」と、ひょっこり尋ねてみたり、「ぼくがこの本屋さんを継ぎます」と言う子が出てきたり、またお手紙を貰ったりと、嬉しい出来事もたくさんあります。

子どもが私を大人に育ててくれたんですよ、と笑う荒木さん。

「おやおや」と子どもの発見が昨日あった。「おやおや」と、今日も発見があった。明日も何かの発見がある。こうして子ども達が、しっかりと自分に向き合ってくれる事が嬉しいと目を細める荒木さん。

地域に子ども達がいる以上まだまだ、この貸本を続けていきたい、と荒木さんは言います。懐かしい思いの、昔の子どもさんも多くいるのではないでしょうか？

子ども達がプレゼントしてくれたたくさんの思い出もあります。子どもがくれた手紙に荒木さんが額装したものもたくさん。

北広島中央4丁目の角にあるシャッター。絵の一部は常連さんと一緒に描いたそう。

アットホームな家族葬から最大300名規模の大型葬まで
ご家族に代わって、愛する人の生き方を心を込めて表現いたします。
香華殿
KO・GE・DEN
北広島斎場
0120-464-442
— 24時間受付 —
葬儀に関する不安・疑問にお答え致します。どうぞお気軽にお問合せください。
※写真はウィズハウス北広島です。
〒061-1121 北広島市中央２丁目４　香華殿　検索

スノーフェスティバル 屋台出店／抽選会 2015. 1/17㈯-18㈰
札幌 北広島
雪のワンダーランド登場!!
2014. 12/20㈯ ▶ 2015. 3/8㈰
クラッセスノーパーク2015 OPEN!
10の楽しいアドベンチャープログラム
アクティブクーポン 4枚つづり 1,000円
札幌 北広島クラッセホテル KITAHIROSHIMA CLASSE HOTEL
〒061-1101 北広島市中の沢 316-1
TEL 011-373-3800
URL : kitahiroshima.classe-hotel.com
イルミネーションと打上げ花火の ウィンターファンタジー開催
2014. 12.20㈯ 〜 2015. 1.18㈰
毎日 20:00 〜 30日間毎日打上げ花火を開催！
※天候により中止する場合もございます。

冬の時期のトラブル 水漏れ・トイレのつまり・ボイラー修理・凍結
水まわり24なら即解決!
急な水のトラブルに
頼れる水道屋さん
水のトラブル、早く直さなきゃ〜 だめぇよ〜 ダメ、ダメっ！
札幌市内 南空知 北広島全域
地元で安心。価格も!技術も!!
困ったときのために覚えておいて下さい！
作業料金表 ※価格は全て税抜きです
蛇口の水漏れ／トイレまわり水漏れ 3,000円〜
トイレつまり／配水管・下水つまり 4,000円〜
ボイラー修理・交換 8,000円〜
ウォシュレット取付・交換 7,000円〜
水道凍結 8,000円〜
その他
●食洗器の取付 ●和式トイレを洋式に ●浄水器の取付・交換 ●洗浄器の販売・取付 ●24時間風呂の販売・取付 等
見積り無料
受付センター 365日・24時間対応
0120-32-24-39
水まわり 24時間 サンキュー
給水装置工事主任技術者の店
札幌市周辺、各地域スタッフが対応いたします。
水まわり修理屋.24 ［本社］北広島市大曲緑ケ丘３丁目
［出張所］○清田区平岡３条３丁目４ ○江別市野幌屯田町24 ○厚別区厚別南７丁目 ○空知郡南幌町美園２丁目
修理の流れ
1 お電話でご依頼
2 作業員が点検
3 原因説明・お見積り
4 ご承諾後 作業開始
5 作業終了
6 後日保証書送付

肉屋りょうちく Meat shop Ryochiku
対面販売
税込み500円以上お買上げで 空くじなしのお楽しみくじを1回引けます！
— 営業日のご案内 —
12/13 土曜日
12/20 土曜日
12/27 土曜日
12/30 火曜日
12/31 水曜日
さらに!! 2,000円以上お買い上げで ジバニャンチャンス!!
メーカー直接仕入れだから 品質も価格も安心♪
北広島産 お米セット 販売中
税込み 3,000円
ご注文から３〜４日のお時間がかかります。
三角くじを引いて商品券をゲットしよう!!
もれなく当たるよ!
☎011(372)3729
〒061-1134 北広島市広葉町３丁目9-1 ㈲菱畜フーズ工場内
【営業時間】 11:30 - 19:00
※12/31のみ、17:30までとさせて頂きます。
いこーよ 広葉ストア トリムコース 肉屋りょうちく 中央通 広葉通

一枚の写真から

振り返るきたひろの歴史

第二十回

昭和三十年代 三輪トラック

運送会社の前に整然と並ぶ三輪トラックは、昭和5年頃から30年代にかけて隆盛を極めた貨物自動車でした。

このトラック。いまの時代で考えると大変奇異に見えるスタイルではありますが、人々の暮らしと機械技術の進化を経た長い歴史を考えると、三輪トラックはごく自然な流れと発想から生まれたことが伺えます。

▲三輪トラックの代名詞ともなったマツダオート三輪。写真は昭和37年に発売開始されたT1500。四輪自動車と同じ丸いステアリングが装備され、狭い車内で助手席搭乗者との干渉を防ぐため、コラム式のシフトレバーを右側に設置する工夫がされていた。

原点は「馬」

元来、人や物を運ぶ手段はもっぱら馬でした。やがて、馬よりも小型で自転車よりも断然力があるオートバイが普及し、人々はこれにリヤカーを繋いで物資の運搬をしていたのですが、より大きな荷物を運べて、尚且つ運転手が雨や雪を気にせず仕事が出来れば…ということで三輪トラックが生まれたのです。

しかるにこれは四輪自動車のバリエーションではなく、あくまでもオートバイから派生したものなので、初期型の運転台には丸いステアリングではなくバイクハンドルが付けられていました。

軽量・安価で悪路と過積載に強く小回りが利くことで重宝された三輪トラックでしたが、三点支持の不安定性からカーブでの横転事故も多く、やがて台頭を成してきた四輪トラックに代わって、姿を消していきました。

▲自動車が庶民に普及するまで当たり前の光景であったバイクリヤカー。

▲開拓期から昭和初期までの北広も、生活には馬車が欠かせなかった。

やさいを食べよう 陽だまり Recipe

レンコンと豆のサラダ

冬を代表する野菜と言うとレンコン。お正月の煮物の定番ですが、サラダや酢漬けもあっさりと、頂けてお勧めです。今が収穫の最盛期のレンコン。栄養価も高く、美肌効果・成人病予防にも効果があるようです。

【材　料】

レンコン	3cm位	
サラダビーンズ	50g	
人　参	中 1/2個	
水　菜	適宜	
鳥ささみ	1本	

【調味料】

マヨネーズ	大さじ2
すりごま	大さじ2
ごま油	小さじ1
みりん	小さじ1
醤油	小さじ1

レンコンの栄養

レンコンは糖質（デンプン）で、体内でエネルギーとなって体を温めます。免疫力アップのレクチンなども含まれており、寒い冬にぴったりの野菜。たくさん食べましょう

【作り方】

1. レンコンは薄切りにし更に1/4の大きさに、人参は薄切りでイチョウ切、耐熱容器に入れ、600Wで3分、ひっくり返して2分加熱。水菜は食べ易い長さに切る。
2. 鍋に湯を沸かし沸騰したら火を止めささみを入れ5分放置。茹で上がったら裂く。
3. 調味料を混ぜておき、1.2.の材料とサラダビーンズに和える。

市販のドレッシングでも♪

このマヨネーズソースは変わりポテトサラダなどにも相性が良いですが、市販の胡麻ドレッシングなどで和えても美味しくいただけます。
電子レンジでの加熱は火傷に注意しながら、タイミングを計りましょう。
ささみは火を入れすぎるとパサパサになります。熱湯に入れて放置し、裂く時に筋や薄皮も剥がれやすくなります。
他のお料理にも是非使ってください。

わが家のアイドル

長沼町　モモンガ　モモちゃん

モモンガだから名前もモモちゃん。
1歳7ヶ月の女の子です。
アボガト大好き♪
毎日やんちゃに過ごしています。
飼い主さんのことがだーい好きなモモです。

ポスティングメイト募集！

至急　業務拡張につき大募集♪

北広島市大曲並木地区
緑葉町・松葉町地区
清田区平岡・里塚・里塚緑ヶ丘地区
（他地区についてお問い合せ下さい）

【仕事内容】「陽だまり」を皆様にお届けするお仕事です
【勤　務】配布日期間中に稼働　配布日　水・木・第2金曜日（予備日）（配布完了日）
【給　与】1部　7円～

adca NEWSPAPER Division　LLP まどか 新聞事業部
北広島市共栄町1丁目1-18 すずきビル2F　☎011(372)6547

長期アルバイト

陽だまり

広報・営業補助スタッフを募集します！

［仕事内容］地域の商業施設、法人様への広報活動を通して、広告や記事の取材などをするお仕事です。
業務に自家用車を使用出来る方。
［勤務時間］週平日4日程度（一日5時間程度）
［給　与］時給770円。通勤時/業務使用によるガソリン代支給。
［応募方法］※試用期間3ヶ月有り
事前連絡の上、写真付き履歴書を郵送ください。追ってご連絡致します。

adca NEWSPAPER Division　LLP まどか新聞事業部
☎011(372)6547
北広島市共栄町1丁目1-18 すずき Bld2F

ホテルフロント スキー場スタッフ

ア　パ

① ホテルフロント・スキー場スタッフ
② ホテルフロントナイト

① フロント▶9：00 ～ 18：00
スキー場▶8：30 ～ 17：30
② フロントナイト▶15:00～翌12:00

① 時給：750円～850円
② 日給：8000円

・高卒以上・要普免・未経験者大歓迎♪
・交通費規定支給・制服貸与・食事補助
・車通勤可・従業員割引あり・社保完備他

011(373)3800
まずはお気軽にお電話下さい。後日面接を行います
（写真つき履歴書持参）〈担当：笹川・鈴木（裕）〉

札幌北広島クラッセホテル
北広島市中の沢316-1

楽しみながら私たちと一緒にお仕事しませんか？

働きながら知識と技術を取得！
人と接する事が好きな方！

面接の方には
ポーラのエステ体験プレゼント♪
素晴らしさを体験して、お客様にお伝えください。

初めての方にも安心の新人支援制度あります！
まずは、お気軽にお問い合せ下さい。

All POLA 業界初！お肌の「全層分析」
北広島店・エステインハピネス店
北広島市中央1丁目1-4　☎011-373-4487
平日9時～16時以外、土日祝日のお問い合わせは　090-8370-8761　担当：草野

美容師さん大募集!!

入社祝金　100,000円支給!!

★ノルマはありません!
★ブランクのある方もご相談ください!

勤務地　美容プラージュ　北広島店　北広島市中央6-8-1

【仕事】シャンプー・カット・パーマなど、美容に関する業務全般（正社員・パート）
【資格】美容師免許をお持ちの方
※60歳未満の方（60歳定年の為）
【給与】下記参照 ※経験・能力により異なります
【休日】週休制（交替制）
【時間】8:30～19:00／実働8h
【待遇】随時昇給有（能力による）、交通費全額支給、マンション寮完備、ユニフォーム支給、社会保険完備
※入社祝金は1ヶ月1万円ずつ、10ヶ月で計10万円を支給致します。その他条件は当社規定による。
【応募】お電話後、履歴書（写貼）をご持参下さい。

	技術者	中習者	見習い		パート
給与	月給 28万円以上	月給 22万円以上	月給 19万円以上	＋売上特別手当	時給 900円～1,000円

CUT&PERM HOUSE 美容 プラージュ
さらに詳しくは右記バーコードより
http://job-gear.jp/plage/

美容プラージュ阪南理美容株式会社
大阪府藤井寺市春日丘3-12-1（本社）
求人専用フリーダイヤル　☎0120-38-3667
情報満載の当社ホームページもご覧下さい。http://www.plage-bb.co.jp/

2015年度スタッフ募集

4月初旬～11月下旬までの勤務

① キャディー（期間社員・アルバイト）
仕事▶キャディ業務
給与▶月給13～27万円
通勤▶北広島・恵庭・千歳送迎有

② コース管理（期間社員・アルバイト）
仕事▶コース整備作業
給与▶時給1,000円～
通勤▶自家用車

③ ホールスタッフ（期間社員・アルバイト）
仕事▶レストランホールスタッフ
給与▶時給850円～
通勤▶自家用車

④ 清　掃（アルバイト）
仕事▶クラブハウス内清掃業務
給与▶時給760円
通勤▶恵庭市のみ送迎

【共通項目】
期間▶4月初旬～11月下旬
給与▶当社規定により優遇
時間▶平日7時30分～ 土日祝6：30～
※早番・遅番交代制（職種によって異なります）
休日▶週1回交代制
待遇▶各種社会保険完備、制服貸与、自動車通勤可（交通費支給）

クラーク カントリークラブ Clark Country Club

電話連絡の上、写真付履歴書をご郵送ください。
〒061-1266 北広島市三島113番地1
担当：佐藤・松尾　☎011-377-3131

介護スタッフ・家事スタッフ

正　パ

① 介護スタッフ（正社員）　グループホーム内における業務全般
② 介護スタッフ（パート）
［食事介助、食事調理、掃除、洗濯、排泄介助、入浴介助等の介護業務及び付随する業務全般］
③ 家事スタッフ（パート）［食事・洗濯・掃除等の業務］

① 9：00～18：00　8：00～17：00　10：30～19：30　17：30～9：30
② 8：00～19：30の間で時間曜日等応相談・夜勤できる方歓迎（夜勤手当3,000円/回）
③ 8：00～19：30の間で時間曜日等応相談

① 年俸制（月額16万～38万）決算賞与・燃料手当
② 時給850円（試用期間原則3ヶ月　時給800円）
①②介護職員初任研修課程終了（旧ヘルパー2級）以上の有資格者特に優遇（無資格でも可：時給800円）
③ 時給750円

① 社保完備・社内研修・社外研修・資格取得支援制度、就職祝金あり　② 社保は勤務時間により付保
応募方法：写真付履歴書と職務経歴書を応募先に郵送・封書表に介護正社員希望の場合「山手・CSJ・介護パート希望の場合「山手・CSP」・家事パート希望の場合「山手・家事」と朱書（※面接は応募先住所にて行います。面接の際、交通費を規定支給致します）

勤務先　グループホームみのり山手
北広島市山手町6丁目4番地

【応募先】
札幌市東区北39条東2丁目3番15号
株式会社アクティブ・ケア　人事課

リハビリ助手 ～無資格・未経験の方でも活躍中！～

正　パ　即日～（開始日相談可）

年明けから♪新しい仕事でスタートしてみませんか？
嬉しい完全週休2日制♪（土日お休み）未経験OK！正社員・パート同時募集♪

・仕事：利用者さんの機能訓練等のリハビリ助手のお仕事がメインです。
（食事・入浴介助・排泄等の介助業務はありません）
・資格：無資格・未経験でOK！　※研修制度あります。安心してご応募ください♪
・時間：8:15～17:15　※パート勤務の場合は週3日程度の勤務です。
・休日：土曜・日曜（完全週休2日制！！）・年末年始
・正 月給：150,000円～170,000円
・パ 時給：750円～800円（お子様のいる方も応相談♪）
・厚生年金、健康、雇用、労災保険完備・制服貸与・交通費規定支給
※パート勤務の場合、厚生年金、健康保険の加入は致しません

★リハビリ・介護施設等での経験は問いません。

★利用者さんの身体機能回復・維持等をお手伝いするやりがいのあるお仕事です。

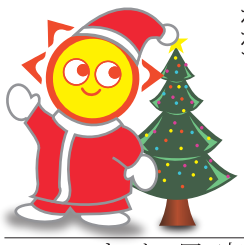
011(375)5205
・事前連絡の上写真付き履歴書をご持参願います。〈担当：豊田〉

カラダラボ北広島虹ヶ丘店
リハビリ介護施設で働きませんか？まずはお電話ください。
北広島市虹ヶ丘6丁目8番地25
★HP＞http://karadalabo.com/
リハビリ特化型デイサービス　カラダラボ。Recover Your Function!

クリスマスは七面鳥？チキン？

遠い昔のはなし。初めてアメリカ大陸に渡ったイギリスの人たちは、先住民であるインディアンに生活の様々な知恵を教わったおかげで飢えや病気から救われたそうです。そんな彼らが年に一度、インディアンに感謝を込めて七面鳥料理を振る舞ったことに端を発し、アメリカでは感謝祭やクリスマスの定番メニューとして、七面鳥を食べるようになったのです。

ですが日本ではチキンの方が一般的ですね。七面鳥は手に入りにくい食材なので、「代用」としてチキンを使用した経緯に加え、あのケンタッキーフライドチキンが大々的なキャンペーンコマーシャルを展開したことが大きな要因となり、『クリスマスにはチキン』という定説が広まったといわれています。



料理の仕方によりますが、七面鳥は鶏に比べて筋肉質。しっかりとした歯ごたえがあって味が濃いのが特徴です。

北海道では滝上町が有名ですが、札幌や北広島周辺では簡単には入手出来ませんね。そう考えると余計気になる七面鳥。

本紙2面に広告掲載の菱畜フーズさんに伺ってみたところ、ロットの制限はあるものの入手は可能とのことです。

ご興味を持たれた方は直接問い合わせてみてはいかがでしょう？

Be-COOL hair・make
HAIR DESIGN&PRODUCE
厚別区厚別中央１条４丁目 5-21
TEL：011(802)3508
※地下鉄２番出口より右方面

新規の方通常料金より 30%OFF!
ヘッドスパ 10 名様プレゼント♪

ようこそ、極上の リラックスタイムへ
美容室 Be-COOL 新札幌店

10月で丸10年を迎えた美容室ビークール新札幌店。様々なお客様に、嬉しい企業努力を実践している美容室です。

メインブースの他に、ファミリーブース、ペアブース。メンズブースなどがあります。なかでも、ファミリーブースは、小さなお子様連れには最適です。シャンプー台も併設ですからお子様から目を離すことなくビューティータイムを過ごせます。

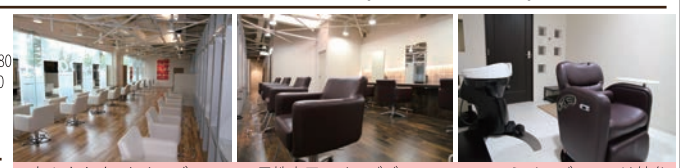
また、今話題のヘッドスパにも注目です。頭皮と脳へのリラクゼーションなどの効果はもちろんですが、同店でのヘッドスパ最大の注目点は独自のシャンプー&マッサージ。頭に溜まった日々の汚れ・疲れ・ストレスの緩和に効果絶大。小顔・リフトアップはもちろん、一見関係ないと思われる、肩こり、眼精疲労の緩和にもつながるそうですから、期待大です。

このヘッドスパ20分体験コース、10名様分のプレゼントを頂きました。（プレゼントの詳細は7頁をご覧下さい）また、**新規のお客様には、予約時に「陽だまり見たよ」で、全メニューを通常価格より30％オフ**（来年1月15日まで）の特典をいただきました。極上のリラックスタイムをこの機会に体験しませんか。

ヘッドスパも専用ブースでの施術。抜け毛、美毛にも効果があります。

◆通常料金
(税込み・ロング料金込み・ランク料金込み)
・カット ¥4,860・カラー ¥6,480・パーマ ¥6,480
・システムキュール（デジタルパーマ）¥9,720
・エアウェーブ ¥10,800・縮毛矯正 ¥10,800
※カット以外の単品メニューはプラス ¥1,620(シャンプー&ブロー)いただきます。

◆営業時間
月～土 /9:00～21:00(カット最終受付 21:00)
日・祝 /9:00～17:00(カット最終受付 17:00)



・広々としたメインブース　日差しが入り明るく綺麗。
・男性専用のメンズブース　人目も気にせずリラックス。
・ファミリーブースでは持参のDVD鑑賞も出来ます。
※各ブース予約出来ます！追加料金無しも嬉しい！

日本独自のご挨拶

年賀状

昔はわくわくした年賀状。しかし、大人になると年末の作業になり、憂鬱に思うことすらあります。若者の間では、メールやラインが主流となりハガキは書かない人も多いそう。

年始の挨拶は奈良時代の年始回りから始まり、武家時代には、文書による挨拶が開始され、遠方には飛脚などが活躍していたといいます。

郵便制度が確立した明治維新後にやっと、年賀状は書状で送るようになったそうですが、数は多くはなかったようです。その後郵便はがきの発売に応じて、年賀状が国民に定着しました。

昭和24年にお年玉付きが発行され、大人気になり今なお続いています。

数が減ったとはいえ、やはり、年賀状は頂くと嬉しいものです。写真にスマホをかざすと動くものや、住所がわからない人にもメールアドレスなどで送ることが出来るなど、アナログとデジタルの融合も増えてきました。

長く続く日本独自の年始のあいさつだからなのでしょうか？流れるような筆文字で頂くと、なぜか嬉しい気持ちになる。年賀状は、正月を祝い、皆の近況にも触れる大切な書状と言えそうです。

道産子も意外と知らない

本物の石狩鍋

暖かい鍋物が恋しい季節。北海道を代表する鍋と言えば、石狩鍋。

その昔、石狩地方の漁師が食べていた「浜鍋」がルーツと言われており、サケ漁の見物客により全道に広まった、とも言われています。

「鮭の頭とアラを入れる」「スープはみそ仕立て」。これがこの鍋の二大原則です。

ところが、この料理を生んだ石狩市には、さらにもう一つの「おきて」がありました。それは、「キャベツ」。

北海道の一般家庭や店舗で提供されている石狩鍋の具材に使用されているのは、ほとんど白菜。「白菜を入れると、スープが水っぽくなる。また、キャベツは味に甘味が出る」というのは石狩市民の弁。

江戸時代から、サケ漁が盛んに行われていた漁村の浜鍋に、明治時代から本格的に日本で栽培されるようになったキャベツが、なぜ入れられるようになったのかは不明ですが、新しい素材をどんどん取り入れる「おおらかさ」は、いかにも北海道らしいと、言えるのかもしれませんね。

冬至とクリスマス

一年で一番夜が長い日。冬至の日は、毎年12月22日前後にあたり、夏至と比べると、昼の長さが5時間弱も違うそうです。

その冬至、日本独自の風習のように思えますが、実は世界角国で重要な節目の日となっていて、それぞれの国で季節の行事を行ったり祭日になっている都市もあるようです。

古代ヨーロッパでは、冬至の頃に行われた祭りのことを「ユール」と呼び、のちにキリスト教との混交が行われ、いまのクリスマスに変わっていったようですが、現在は古語とされているこの言葉、北欧では今でもクリスマスはユールと呼ばれているそう。

また、夜が一番長く、次の日から、少しずつ陽が長くなって行くことからユールは、太陽の「死と復活」のお祭りともされていたようで、ヨーロッパでは、伝統的な祭りをいまだに行っている都市もあるようです。

日本のクリスマスは、ちょっとウキウキした気分になりますが、春を思い太陽の復活を待ち、冬至カボチャを頂き、柚子湯で体を温める。

太陽が恋しい北海道の冬にはぴったりの過ごし方かもしれません。

水道のトラブル　排水のトラブル　暖房のトラブル

水もれ｜排水づまり｜ボイラー修理 / 取替工事｜水洗トイレ工事
セントラルヒーティング｜ロードヒーティング｜各種水廻り増改

北広島市・札幌市指定工事業者
有限会社 拝野設備メンテナンス
〒061-1125 北広島市稲穂町東6丁目 4-8
お問合せは ☎ 011(373)6963
FAX：011(373)6106

料理写真は、「藤」8,000 円イメージです。

上記写真は、当社指定斎場「香華殿北広島斎場」です

仕出し　おとどけ料理　回忌法要
彩り豊かな味わいを、季節の旬な食財で。
一品一品にこだわった、いちえの本格料理をおとどけいたします。北広島地域への仕出しは勿論、当社指定斎場での施行会食も承ります。

法要のご用命はお電話で
☎ 0120-036-151
恵庭市柏木町 371 番地 [定休日] 毎週火曜日
[営業時間]10:00 ～ 15：00(LO14：30)
夜 17:00 ～ 22：00 (LO21:30)

札幌スープカレー専門店
CHUTTA！里塚店
オープン一周年記念☆感謝サービス♪
札幌市清田区里塚１条１丁目 2-12（国道 36 号線沿い）
☎ 011(884)7555
ランチ …… 11:30 - 15:00
（オーダーストップ 14:30）
ディナー …… 17:30 - 22:00
（ラストオーダー 21:30）
ランチタイム … 11:30 - 14:00
― 水曜定休 ―
駐車場完備！
お花屋さんの２階です♪

CHUTTA! soup curry shop

◀豊平区方面　国道 36 号線　恵庭方面▶
12/31 1/1 1/2 の３日間はお休みさせて頂きます

クーポン ★★お食事をされた方全員に★★
里塚店限定　本券１枚につき１名様 ¥200OFF
【2015年12月末日まで有効】 ※他券併用は不可です。

カレーを食べるならやっぱり天竺がいいね!!
TENJIKU SINCE 1991
南印度咖哩 天竺 てんじく

清田店 札幌市清田区平岡 1-1-7-1（国道 36 号線沿い SEIYU 清田店隣り）
☎ 011(802)5175
11:00 - 21:00 火曜日定休　お正月は1/2から
北広島店 北広島市中央５丁目７－５石の蔵 -1
JR 北広島駅東口前 ☎011(373)8663

清田店・北広島店共通クーポン
★★お食事をされた方全員に★★
ラッシー サービス
【2014年12月29日まで有効】 ※他券併用は不可です。

初詣はどこへ？ 陽だまりエリアの神社

あっという間に今年も残りわずかとなりました。皆さんは初詣に行きますか？

お寺や神社へ新年が良い年になるよう参拝へ出掛けるなんて、お正月らしくて良いと思います。

そこで、今回は陽だまりエリアの神社を紹介してみたいと思います。初詣の参考にしてみてください。

まず北広島市の廣島神社を紹介します。

明治16年に和田郁次郎が伊勢神宮より、移住者の守護神として御分霊を拝受し、明治19年に営造されたようです。

ご利益は、縁結びや商売繁盛、家内安全などがあるようです。

次に清田区では、厚別神社（あしりべつ）があります。読み方は「あつべつ」ではなく「あしりべつ」です。

交通安全、厄除けや家内安全などのご利益があり、五穀豊穣と地域住民の安全を祈願するため、明治18年に建立したそうです。

南空知の栗山天満宮はファイターズの栗山監督も祈願に訪れたことがある神社です。

明治24年に栗山神社と称して建築され、大正14年に太宰府天満宮の御分霊を奉祀、学問の神様で有名な菅原道真公をご祭神として、昭和27年に現在の栗山天満宮と改称されたそうです。受験を控えた方にはピッタリの神社ですね。

紹介した以外にもたくさんの神社、お寺はあります。新たな気持ちで臨む一年の大切な祈願を近場だけに限定せず、自分にあった場所を探して出掛けてみませんか？

昭和玩具懐古録 其の十二

『エポック社 野球盤』

エポック社の野球盤は昭和33年にデビュー。守備側がレバー操作でカーブやフォークが投げられる機能が人気となった野球型ボードゲームです。

プレイは基本的に守備と打撃の2名で行い、大まかなルールは実際の野球に準じていました。

昭和46年、テレビアニメの「巨人の星」が流行ると、ホームベースの直前に落とし穴を設けた「消える魔球機能」が追加しましたが、打者が全く打てないというデメリットが生じ、これを補うため取扱説明書に「消える魔球はボール球扱い」というルールが後付けで設けらました。

その後も野球盤は、茂英雄投手の人気に合わせた「フォークボール機能」や、投球ボールを飛び跳ねさせる「雷神球機能」、また近頃の球場を彷彿とさせる「人工芝」や透明カバーの「ドーム球場」など時代を反映した商品リリースを行いながら、最初の発売から半世紀以上を経た現在になっても、いまだ根強いファンがいるようですよ。

陽だまり編輯部コラム 冬将軍の季節を前に

また白い季節がやって来た。好むと好まざるとに拘らず曇天と雪の降る天候が続く。北海道に暮す私達にとって、言い古されてはいるが、避けられない厳しい寒さの冬である。

積雪は現象的には水分が凍った固形物が降って積み上がり、結果、風景を変えてしまうのだが、春になると消えてしまうからと放っておくわけにもゆかない。雪よけシェイプアップは年とともに負担となって来る。

ヨーロッパで生活した経験のある友人が、初冬の札幌に来た時、「この空はヨーロッパの冬の色ですね」と言っていた。欧州画家の絵にそんな暗い曇天の風景画があったように思う。当紙の発行地区は、ヨーロッパの主要都市よりも緯度は低いが、かの地に似た空の色なのかもしれないと妙に得心した。

冬至までは、どんどん日も短くなり、気持ちも寒く暗くなる時期かも知れない。年末を迎え、萬の出費に、筆者の懐も寒くなる予報が出ている。

かつては、厄介者でしかなかった雪だが、昨今は利雪の考えも広まりつつある。雪は、北海道の季節を演出する大切なものだとも考えたい。雪に映えるイルミネーションの催しや雪まつりは勿論のこと、各地で行われる雪と寒さに因んだお祭り。雪私達が普通に迎えているホワイトクリスマス。身近に楽しめるウィンタースポーツ。これらは、雪があればこそだろう。

冬の数少ない晴れ間に味わえることもあると思う。青い空と白い雪の眩しさのコントラスト。樹氷咲く林や雪面に煌めく結晶は美しいと思うし、北海道ならではの広大な雪原も現れる。

雪が消えたら・・・と思いを馳せるも良し、じっと耐えてやり過ごすのも良し。爆発的な緑の季節を迎える歓びを増幅させてくれるのも雪ではないだろうか。

とは言え、雪は恐ろしい側面もある。この冬は雪の災害が無いことを祈りたい。

（kitaro）

一年の無事を祈る お正月を生花で

お正月の「門松」は、一年の豊穣を祈る年神様が、飾られた門松を目指し、やってくることから飾られた、と言う説があるようです。

松には、真冬でも青々とした葉を茂らせる為、長寿と健康の意味が。難が転じる南天、不老長寿の薬効があると信じられている菊、古くは長春と呼ばれ縁起の良い花とされたバラなど、お正月は縁起が良く、古来から受け継がれている意味のある花を飾り、一年の無事を祈るようです。

北広島市内のうえはら生花店ではこの時期、ポインセチア、シクラメンなどで賑やかですが、クリスマス終了後の26日からは、正月らしいリボンや鶴などを飾ったアレンジが店頭に並びます。予算に応じてお好みのアレンジなどの用意もできますが、年末の予約も受け付けていますので是非相談してほしいとのこと。

また、一般的に正月飾りは、12月28日に飾り明けて7日まで、と言われますが、生花の場合、咲いているうちは楽しませて貰いましょう。

忙しい年末、お花にまで気が回らないのが現実でしょうか？しかし、お正月に飾る花の意味を知り、一年の無事を祈りつつ、ゆっくりと正月を過ごせるよう、今年はお花を飾ってみませんか？

お正月アレンジは器込で2,000円から店頭に並ぶ予定

（本店）北広島市稲穂町西1の1の3 TEL011-372-2607 営業時間9時～18時
（コープ札幌北広島店）北広島市中央3丁目2の4

北広島、滝野霊園のご送迎・ご案内は丸五石材へ
まるごせきざい　検索
創業の心
丸五石材工業株式会社
011(377)3788（北広島）
0120-3788-57

産科・婦人科　入院設備完備　駐車場完備
EVEウィミンズクリニック
院長 小泉基生　医師 塩津英之　医師 井上智子
産科予約制・婦人科予約優先
診療時間　月 火 水 木 金 土
午前 9:00～12:00　● ● ● ● ● ●
午後13:30～16:30　● ▲ ● ● ▲
夜診17:00～19:00　● ● ● ●
休診／日曜・祝日
●火曜日午後、土曜日午後完全予約制です。
南郷18丁目駅・3番出口より右に徒歩8分
札幌市白石区南郷通21丁目5-41　866-0808
http://www.eveclinic.jp

医療法人社団
きよた泌尿器科クリニック
院長：医学博士　尾田寿朗
悪性腫瘍｜膀胱機能障害｜尿路感染症｜血尿、尿潜血の精査・治療
｜尿路結石尿失禁｜男性疾患｜小児泌尿器科疾患｜腎機能障害、蛋白尿の精査・治療
毎週金曜午後 女性・こども優先外来
札幌市清田区清田1条4丁目5-30 清田総合医療センター1F　清田区役所前
受付時間　月 火 水 木 金 土
8:45－11:30　○ ○ ○ ○ ○ ○
13:30－17:30　○ ○ ○ ○ ☆
★：女性・子供の優先外来時間です。　土曜日午後・日祝日は休診です。
お問合せは (011) 883-5757　きよた泌尿器科　検索
www.kiyota-uro.com

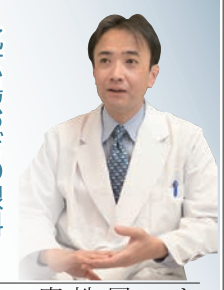
CUT&PERM HOUSE 美容 プラージュ 北広島店
全国に店舗を構える大型美容室があなたのキレイをサポートします！！
カット ¥1,500（ブロー付）
パーマ ¥3,000～（カット、ブロー付）
縮毛矯正 ¥6,000～
ヘアカラー ¥3,000～（ブロー付）
料金は全て消費税抜き価格です。
美容スタッフ募集　詳しくは当店までご連絡ください。
陽だまりクーポン　シャンプー無料券
有効期限：2015年1月5日まで
●本券1枚につきお一人様シャンプー（税抜500円）無料。
●シャンプーのみのご利用は出来ません。
373-6066
北広島市中央6-8
年中無休 8:30-19:00
道々江別恵庭線　芸術文化ホール　JR北広島駅

歯ぐきとの接地面がシリコン素材です
やわらかい
要予約 ご好評の シリコン義歯無料体験
※混雑の場合は2～3週間後ほどのご予約となります
医療法人社団武蔵会
コンフォートデンタルクリニック
札幌市中央区南2西3-12-2トミイビル3F
受付時間：月～金 9:00～17:00（土日祝休）
011-211-1000
HP www.comfortdc.com

入れ歯のクリニック
硬いものをしっかり噛める入れ歯作りを追求しています
中央区南2西3
痛くならない入れ歯の理由
歯ぐきの下には顎の骨があります。その形状は複雑で表面的な歯ぐきの形と異なります。骨が尖っている部分は歯ぐきも薄く痛みが生じやすくなります。実際歯ぐきの形を正確に入れ歯で再現しても骨の形までは再現できません。生体用シリコーンを応用した入れ歯は、柔らかな素材で歯ぐきを優しく守り、痛みを生じにくくします。また、患者様には入れ歯完成前に食事をしていただき痛みが生じないことを確認後完成します。

THE DOCTORS VOICE

眼底検査では何が見える？



北広島おぎの眼科
院長　荻野哲男

２０１２年７月にJR北広島駅西口で開院いたしました「北広島おぎの眼科」です。地域への医療での貢献と、北広島へ来て道内最高の眼科医療を受けられることを目指して日々頑張っております。

眼底検査とは散瞳剤を点眼し、瞳孔を開き、網膜や視神経などを詳細に観察する検査です。この眼底検査ではいろいろな病気を見つける事ができます。

なかでも、緑内障が疑われる人の発見に重要な検査です。日本人の場合は眼圧が正常でも視神経障害が起こる「正常眼圧緑内障」（緑内障全体の70％以上）が多いので、この病気を早期発見するには、眼底検査での視神経乳頭の所見が決め手となります。最近、３次元光干渉断層計（３D－OCT）が発売され、緑内障診断、治療経過判定に強力なツールとして使用されております。３D－OCTの特徴は

①赤外線を使って、網膜の断面像、立体画像を詳細に描ける。
②視神経乳頭の陥凹、神経線維層の厚みの両方を調べる事が出来る。
③検査は数十秒で出来る。
④これで正常な人は５年に１回でも良い。OCTに軽度の異常が見つかれば視野検査で確認する。
⑤もし視野が正常であれば翌年もう一度OCTで変化を確認すれば良い。

OCTは保険が効き、３割負担で６００円程度。最近では診療所、病院の半数以上に導入されております。

緑内障のハイリスクは、

①眼圧の高い人
②強い近視の人
③遠視の人（高齢の女性は特に注意）
④視神経乳頭陥凹が拡大している人
⑤乳頭陥凹に左右差がある人
⑥乳頭出血
⑦角膜の厚さが薄い人は眼圧測定値よりも真の眼圧は高い可能性がある
⑧緑内障の家系
⑨心臓疾患の人
⑩ネクタイをきつく締める人
⑪冷え性
⑫片頭痛
⑬低血圧
⑭やせ形

といわれています。心当たりのある方は一度眼底検査をされると良いと思います。

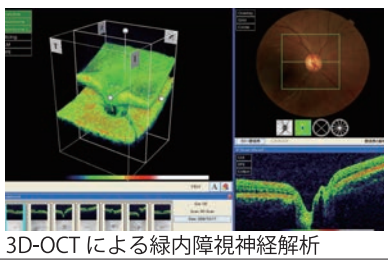
また、眼底の血管は人間の体の中で唯一直接に血管を観察できる部位のため、そこを観察すると動脈硬化、脳腫瘍、高血圧、糖尿病などの全身の病気が推察でき、いわゆる『生活習慣病』の検査としても有効です。

もちろん眼底検査では最近話題の「加齢黄斑変性」を代表とする黄斑疾患を診断できます。

黄斑疾患とは歪み、視野欠損、ぼやけを感じる病気で、ほかに黄斑上膜、黄斑円孔、黄斑浮腫（多くは眼底出血に合併する）などがあります。

11月19日のNHK「ためしてガッテン」でも放送されていましたが、加齢黄斑変性をはじめとする黄斑疾患は現在は治療が可能で、早期発見、早期治療がその病気の予後をよくします。

40歳を過ぎたら年に一度眼底検査をお勧めします。会社などの検診、人間ドックでも眼底検査が含まれることが一般的です。北広島市民で国民健康保険に加入している方は市の特定健診で希望すれば全員無料で眼底検査を受けることができます。しばらく検査していない方は定期的に受けられてはいかがでしょうか？



3D-OCTによる緑内障視神経解析

3D-OCT

手指のケアで指先美人

寒い季節はお肌にとって大敵です。冬は乾燥し、寒さによりお湯を使うことも多くなります。顔は化粧品により保護されますが、手は常に寒さに晒されています。

天然の保湿クリームとも言われる皮脂は、皮膚を守っていますが、この皮脂を落とし過ぎると皮膚の保護機能が低下し、そこから、炎症やかゆみにつながるそうです。

毎度のことと諦めず、この冬はスベスベの手で過ごすため、お金をかけずに、負担にならない対策を考えましょう。

ゴム手袋を使う方は、装着前に、ハンドクリームを塗ると、手袋の中でパック効果になり、しっとりした手指になります。

ゴムアレルギーの方は、綿の手袋とW使いにすると良いようです。

寝る時も保湿クリームを塗り、木綿の靴下や手袋をつける。

熱いお風呂に浸かるときは、手は入れず、水仕事後などの水分はしっかりふき取る。血行を良くすることも怠らない。冷えにも気をつけましょう。

ハンドクリームのつけ方も大事です。手のひらでクリームを温め、手の甲をやさしく押さえ、クリームをなじませます。

指先や爪まわりまでもみ込む事も忘れずに。

これをマッサージもかねて就寝前の習慣にすると、血行も良くなり、末端からポカポカになり、熟睡できそうです。

また、高級なハンドクリームは香りや効果も良いようですが、薬局などで安価で手に入るワセリンもお勧めです。あまり付けすぎると、べたつきますがティッシュなどでふき取ると、手に皮脂のような膜が出来、保護効果があるようです。

自分に合うケアを見つけ、暖かくすることを心がけ自分を大事にする。それが、冬の指先美人を作る秘訣かもしれません。

冬こそお家ダイエット

挑戦しよう！

せっかく続けてきたウオーキングも、雪や寒さで断念しなくてはならないのが、雪国の悲しいところ。クリスマス、お正月と美味しいものを食べ、せっかく頑張ったダイエットも、なかったことになる。…しかし、実は冬こそダイエットに向いているそうです。

人間の体は、体温を維持するために体内で体温を作り出します。このため、冬はカロリー消費が活発になり、基礎代謝が上がるそうです。年をとると下がる一方の、基礎代謝が上がるということは、ちょっとの運動でも効果も上がると言うこと。

朝起きたら冷たい空気をいっぱい吸って深呼吸。体に、朝が来たことを知らせる事で、代謝が更にアップ。余裕のある方は腕立てやスクワットを、忙しい方は朝食の支度や歯磨きの際にも屈伸、かかとの上げ下げなどの、ながら運動でも効果はあります。なにより、体が温まることが大切のようです。

激しい運動は家の中では無理ですが、部屋の中でも出来る踏み台昇降はいかがでしょう。10センチほどの段差で充分。場所もお金もかからないのでお勧めです。

冬は食べ物でも、良いことがあるようです。辛い物や熱い物といった体の代謝を上げる食品を食べる機会が多くなる季節。特に鍋料理などは、野菜も多く、生姜、ニンニク、ねぎ、ニラなども多く摂取できます。キムチ鍋や火鍋と言った、汗をかきながらの食事もダイエットには最適です。

冬は、脂肪を溜め込む季節と思いがちですが、今年の冬は今までの脂肪を脱ぎ捨て、春にはスラット身も心も軽々としていたいものです。無理をせず、生活の一部に取り入れましょう。

カリンバ こどもクリニック
Karinba Kids Clinic
診療科目　小児科・アレルギー科
院長　本間 靖啓（ほんま やすひろ）
診療案内　月 火 水 木 金 土
Am ● ● ● ● ● ●　［受付］8:40 から ［診療時間］9:00 - 12:00
Pm ● ● ／ ● ● ／　［受付］13:40 から ［診療時間］14:00 - 17:30
診療のご予約は…
● 院内でも受付は行っておりますが、予約システムでの受付の方を優先させていただいております
● 院内受付は朝８：40から、午後 13：40から行っております。
〒061-1409
恵庭市黄金南５丁目3-8　☎ (0123)39-3900　休診日：日曜・祝日
カリンバこどもクリニック　検索
http://karinba-kids.com/
札幌 274 三川国道 三川 237 長沼
北広島駅 島松駅 46 45 豊明神社 松恵小学校 恵み野駅
恵庭バイパス 北海道文教大学 マクドナルド ローソン 36
道々江別恵庭線 恵庭駅 旧国道36号線
P 駐車場 27台有り

産科
婦人科
不妊治療 婦人科
婦人科の健康相談も承ります
母体保護法指定医　不妊・不育・体外受精センター
医療法人社団 青葉産婦人科クリニック
院長 / 高田久士　副院長 / 高岡康男
☎（011）893－3207（代）　夜間 893-3210 FAX 893-3870
厚別区青葉町６丁目１－９
地下鉄新さっぽろ駅出口１番より徒歩 10 分 P
新さっぽろ駅よりバス「青葉町中央」下車 /JR バス【新 13】【新循環 71】中央バス【白 29】
●分娩（家族立会い可）（特定不妊治療助成事業指定医療機関）
●子宮がん検診
診療受付時間
●平日　８：30～12：00　13：30～17：00
●土曜　８：30～12：30
夜間診療受付
●（月・木）　18：00～19：00
入院設備有り
●一般病棟 /15 床
●個室 / 4 室 ※全室ＴＶ・冷蔵庫付き 冷暖房完備
ホームページ www.aoba-ladies.com
Ｅメール cbi34230@pop02.odn.ne.jp

院長：荻野哲男
JR 北広島駅から徒歩１分！　真心と先進医療の眼科へお任せ下さい。
■眼科一般診療 ■日帰り手術（白内障、硝子体、緑内障）
■コンタクトレンズ、眼鏡処方 ■レーザー治療 ■硝子体注射、テノン嚢下注射
北広島おぎの眼科
KITAHIROSHIMA OGINO OPHTHALMOLOGICAL CLINIC
〒061-1132 北広島市北進町１丁目２番地２　北広島ターミナルビル 1F
ご相談、お問合せは
011-370-1010
info@oginoganka.com
午前 9:00-12:00　月 ● 火 ● 水 ● 木 ● 金 ● 土 ●※
午後 14:00-17:00　月 ● 手術 火 ● 検査 木 ● 金 ●
【休診日】日曜・祝日　第２・４土曜※
北広島おぎの眼科　検索
KD ビル　P　広島駅前交番　道々江別恵庭線
JR 北広島駅西口近く！（中央バスターミナルビル 1F）
西口　JR 北広島駅

来たれ！「元気いきいき教室」があなたを待っています♪

年齢や性別に関係なく真剣に練習に取り組みます。

楽しいリラックス体操で体をほぐし、朗読による健康の話を聞き、まだまだ増えている新手の、「おれおれ詐欺」を寸劇で観る。こうした独自の表現方法で催されるこの教室は、新鮮で印象深く、私たちに好奇心を抱かせてくれそうです。

充実した楽しい時間を多くの人と共に過ごすことができる「元気いきいき教室」に、貴方も足を運んでみませんか？入場は**無料**です。

観る機会の少ない一人語りの芝居もあり、日程は次のようになっています。

◆12月11日（木）
10時30分～12時30分
北広島市 夢プラザ

◆12月18日（木）
10時30分～12時30分
広葉交流センター
いこ～よ

◆12月25日（木）
9時30分～11時30分
北広島東記念会館

主催：NPOくらしの研究会
後援：北広島市
（北海道社会福祉協議会補助事業）

【問合せ先】
NPOくらしの研究会
電話：011-375-7570

※各会場とも定員50名

開拓の村で体験イベント

ピンホールカメラづくり
1月9（金）10（土）
2回開催します。
各回10時から15時
昔と今のカメラの違い、しくみを学習しながら、ピンホールカメラを作って、実際に撮影してみましょう。
場所：開拓の村内ビジターセンター研修室
対象：小・中学生（各回定員20名）
申込：事前申込が必要。12月10日から電話にて受付開始。
料金：参加・材料費とも無料
※保護者の方の付添い参加可能（その場合の入場料は必要）
【問合せ先】
北海道開拓の村
電話：011-898-2692

冬の過ごし方 テレビを消してみませんか？

札幌市営地下鉄がこの冬、一部時間を除き暖房を入れない試みを実行するという事は、皆様ご存知かとは思います。家の中の暖房も節約している昨今、もはや節約・節電は取り組むものと言うより、当たり前になったのかもしれません。

北海道の冬は寒さ対策のための電気も使うことから、節電は必須です。こまめに電気を消してみたり、待機電力の見直し、LED電球への取り換えなど出来ることはやってきましたよね。

しかし、頑張りすぎて無理をするのは、習慣にならずに挫折してしまいます。無理なく楽しみながら出来ることで、節約や節電に繋がるのが一番。

では、曜日を決めてテレビを見ない日を作るのはいかがでしょう。もちろん、パソコンもしない、テレビゲームなどもしない。アロマキャンドルを焚いたり、本を読んだり、ご家族との会話を楽しむこともお勧め。思い切って早寝すると、暖房費も浮きます。色々な情報をくれるテレビも、もしかすると消した時、大事な何かを教えてくれるかも。冬の静けさを楽しむのも、良い時間かもしれません。

文芸北広島31号 好評発売中

毎年恒例文芸北広島
12月5日（金）より市内の主な書店にて、文芸北広島が発売になりました。
小説、エッセイ、紀行文、短歌、俳句をはじめ市内の小中学生による子ども文芸も掲載されています。

朗読劇教室 三作品発表

公開稽古も是非ご覧ください
場所：広葉交流センター
いこ～よ
日時：12月21日13時より
※30分から40分間
入場無料です。

読者プレゼント

本紙4面に掲載のお店から素敵な商品をご提供頂きました♪
《お店までヘッドスパを受けに行ける方》
美容室 Be-COOL
ヘッドスパ20分コース（定価2500円）
10名様

◆ハガキの応募
●住所／氏名／年代（例：50代）／今月号の陽だまりのご感想
〒061-1113 北広島市共栄町1丁目1-18 すずき Bld.2F
LLPまどか『プレゼント応募係』まで

◆Eメール応募 1412@madca.co.jp
に空メール送信♪
エントリーフォームが自動返信されます。

▲応募締切り：2014年12月25日（木）まで

今年も一年ご愛読ありがとうございました。
◆我が家のアイドル・レシピ・身近な情報をお寄せください。

情報新聞 陽だまり 次号の発刊は
2015年 1月9日（金）です♪

毎月6万部発刊のフリーペーパーに
広告を掲載しませんか？
詳しくはお気軽に編集部までお問合せください。
☎011(372)6547 LLPまどか新聞事業部

土地建物の名義変更はお済みですか？

相続登記、親から子への生前贈与、離婚の際の財産分与、個人間の売買など
不動産の名義変更を怠っていると、面倒な手続き（裁判など）が必要になってしまう可能性があります。まずは一度ご相談ください。
ご自宅への出張相談も承っております。
相談・お見積りは無料です！

Suzukaze Shiho-shoshi Office
司法書士すずかぜ合同事務所
司法書士 大桃 涼輔　司法書士 落合 亮

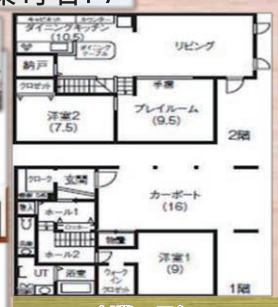
無料相談予約専用ダイヤル 0120-380-255
江別市東野幌本町3番地10TSビル2F ◆受付時間 9:00～18:00（土・日・祝定休）
JR野幌駅南口から鉄東線を札幌方面へ徒歩3分
代表司法書士 大桃 涼輔

～2日間限りの完成見学会～

居心地いい天然木のお家 12月13日(土)・14日(日)
癒しのペレットストーブ
こどもが喜ぶ3階ロフト
ご来場のお客様へ「ひば」プレゼント！
※施主様のご厚意により開催致します
10時～16時
札幌市清田区
里塚3条3丁目27-12
※渡部製作所の旗が目印

常設モデルハウスOPEN

札幌市清田区美しが丘3条4丁目1-7



12月13日(土)より
毎日公開！
営業期間：10時～16時
定休日：水曜日
天然木とスタイリッシュのお家
リビングを2階に配置
壁は珪藻土の塗壁＆クロス
リビングからのスキップフロア
人気のビルトインガレージ

創業47周年
(株)渡部製作所
0120-86-7550
札幌市清田区清田2条2丁目3-1
www.house-ws.com

ハウスクリーニングの全国チェーン
おそうじ本舗 北広島店

年末大掃除キャンペーン

お電話1本で
無料見積もり
に伺います！

レンジフード
￥7,000～￥17,000

浴室
￥13,500～￥17,000

キッチン
￥15,000～￥18,000

洗濯槽
￥14,000～￥17,000

（表示価格は全て消費税抜き価格です）
上記以外でもお気軽にご相談ください！

0120-551-020
北広島市大曲南ケ丘2-6-9　080-8626-0489
読者特典 『陽だまりを見た』と言って頂いたお客様へ 10%OFF

猛威を振るう ノロウィルス・インフルエンザ 感染予防に！

次亜塩素酸精製水のフレッシュウォーターとは
使用法は簡単♪除菌と消臭のダブル効果！
直接手指の消毒はもちろん、外出帰りのお洋服、カーペットや布団、食品に至るまで気になるところに直接スプレー！詰替えもそのままボトルに移してお使いください。

手指の消毒や室内の消臭に
食器やまな板の消毒に
ペットの消臭と除菌もOK

しっかり予防！流行のウィルスはこれでシャットアウト！

フレッシュウォーター除菌・消臭水

A
特別セット価格 2,200円
1リットル詰替ボトル 1,400円
300mlボトルスプレー2本 1,600円

B
特別セット価格 4,200円
4リットル詰替ボトル 4,200円
300mlボトルスプレー2本 1,600円

※上記価格はいずれも消費税は含まれておりません。

次亜塩素酸精製水
フレッシュウォーター

フレッシュウォーター専用
超音波噴霧器
リモコン付き
5ﾘｯﾄﾙ用 HM-101
税抜き 34,000円

お申し込みは
Assistlife 有限責任事業組合まどか アシストライフ事業部
（月～金曜日の 10:00-17:00）
☎011(372)3800 FAX:011(375)0424
セット購入は配達致します。

広いゲレンデが待っている!!

12.20 SAT オープン

営業時間 ▶ 9:00 - 21:00　※12/31 のみ 9:00 - 17:00

12/20 土 から
所要時間 約5分
三井アウトレットパークからの
無料送迎バス運行
※詳細はホームページをご覧ください。

期間限定
12/13 (sat) ▶ 31 (wed)
1日すべり放題
大人 1,200円　小人 800円
※1日券通常 大人 2,200 円、小人 1,700 円

ご飯も野菜も食べ放題！
12/20 (sat) • 21 (sun)
ジンギスカン食べ放題祭り♪
大人・小人共通 800円
※リフト券のご購入が条件となります。

お得なリフト料金をご利用ください♪

NEW シニア割引（55歳以上）
平日午前割（12:00まで滑り放題） 1,000円
シニア4時間ランチセット（4時間券＋食事券） 2,000円

4時間リフト券 親子割
親子ペアで 2,500円
（通常、大人 1,700円 | 小人 1,200円）

1日券 & ランチセット
（ラーメン・カレー・うどん・そば等）
大人 2,500円　小人 2,000円

NEW 1日券 & プレミアランチセット
（980円メニューがご利用可）
大人 2,800円　小人 2,300円

ナイター & 軽食セット
（たこ焼き、やきそばなど） 1,400円

NEW ナイター割引
親子割 1,800円　グループ割 1,000円
（大人1+小人1まで）　（4名以上のお一人料金）

通常リフト料金		大人	小人
1日券	9:00-21:00	2,200円	1,700円
4時間券		1,700円	1,200円
1回券	1シーズン有効	250円	200円
ナイター券	16:00-21:00	1,200円	1,200円

ダイナスティスキーリゾート
http://www.dynasty-resort.jp
〒061-1267 北広島市仁別 152
☎011-376-2611

● 営業時間　9:00-21:00
● ナイター営業　16:00-21:00

頭川だから出来る大特価！「お客様大感謝企画」

在庫処分セール!!

数量に限りがあります。お急ぎください！

大人気！HONDAの除雪機

HST ハイドロスタティックトランスミッション
移動時も除雪時も操作レバー1本だけで前進・後進ともに無段階で細かく速度の調整ができるHST（油圧式無段変速機）搭載。

HSS760n (J) 充実装備で操作カンタン
限定1台
在庫処分特別価格 ￥318,000 消費税抜き価格
最大除雪量 42 t/h　除雪幅 60.5 cm　最大投雪距離 14 m

HYBRID
除雪はエンジン、走行はモーターで行うので、除雪はパワフル、走行は細かい速度調整が可能。簡単操作でいちだんと効率よい除雪を実現します。

HSS1170i (J) 簡単操作でパワフル＆低騒音
限定1台
在庫処分特別価格 ￥468,000 消費税抜き価格
最大除雪量 60 t/h　除雪幅 71 cm　最大投雪距離 17 m

除雪機ご成約の方へ
10リットル携行缶プレゼント

在庫処分価格でご提供致します。是非ご相談ください！

※在庫品限定販売のため、売り切れの際は予めご了承願います。

Makita ラビット刈払機

環境・安全・快適。すべてが新しくすべてに優れた最新鋭2ストローク刈払機

NB2670 2サイクルモデル
在庫処分特別価格 ￥48,000 消費税抜き価格
※写真は実際の商品とは異なります。

環境性能と経済性の4ストロークエンジン＆デジタル制御、作業性と快適性を極めた全方向傾斜運転＆防振ダンパ

BH2661 4サイクルモデル
在庫処分特別価格 ￥52,000 消費税抜き価格
※写真は実際の商品とは異なります。

HONDA 耕うん機

優れた耕うん力と扱いやすさを両立。家庭菜園の決定版。

ガソリン燃料
HONDA FF300
余裕の連続運転で、広い菜園の耕うんも安心♪

限定1台
在庫処分特別価格 ￥138,000 消費税抜き価格

頭川農機具店

ZUGAWA FARM MACHINES AND IMPLEMENTS SHOP
現金またはクレジットにてお支払いお願いします。価格は相談に応じます。

江別市一番町 12 番地 -19
☎ 011(382)3580
携帯☎ 090-9523-3326